



**Facultad Ciencias de la Salud**

**Tema:**

Comparación de la eficacia y preferencia de cepillos dentales en adultos de mediana edad:

Estudio cualitativo basado en encuestas

**Trabajo de Titulación para la obtención del Título Odontólogo General**

**Presentada por:**

Karen Yajaira Paz Veloz

**Tutor:**

Dr. Luis Alberto Vallejo Izquierdo

**Quito, enero de 2025**

## Resumen

Introducción: Determinar la efectividad de cepillos dentales con cerdas suaves y cerdas duras en la eliminación de placa bacteriana en pacientes de 30 a 50 años. Y ver el impacto de la elección del cepillo dental en la salud bucal de adultos de mediana edad, considerando el tipo de cerdas utilizadas, teniendo en cuenta la percepción y preferencia de los pacientes de 30 a 50 años respecto a cepillos de cerdas suaves y duras, sobre su influencia y educación en la higiene bucal. Por lo tanto, el objetivo de este estudio es comparar las expectativas y satisfacciones de los usuarios encuestados sobre su elección de cepillos de cerdas suaves y duras. Materiales y métodos: Tipo de estudio cualitativo porque se realizarán encuestas online, de tipo descriptivo porque se identificará y se describirá casos de enfermedades causadas por los diferentes tipos de cepillos, y de tipo transversal porque se va a realizar el estudio en un tiempo límite, solamente el día de la encuesta. Resultados: Se obtuvo 348 encuestas con resultados donde demostraron que personas con educación superior, y mayores ingresos logran tener una buena higiene bucal por otro lado, las personas que perciben un salario básico o inferior tienden a adquirir sus productos de higiene en los establecimientos donde estos resultan más económicos. Además, se observa un déficit en la educación bucal dentro de la población de mediana edad. Conclusiones: Comparar la efectividad y la comodidad en el uso de cepillos dentales con cerdas suaves y duras en adultos de mediana edad, con el objetivo de promover una adecuada higiene bucal. Y diseñar, evaluar un programa educativo para informar a los pacientes de 30 a 50 años sobre la importancia de elegir el cepillo dental adecuado según sus necesidades.

**Palabras claves:** *Cepillo dental, impacto, salud bucal, higiene bucal, educación, priorización.*

## **DECLARACIÓN DE ACEPTACIÓN DE NORMA ÉTICA Y DERECHOS**

El presente documento se ciñe a las normas éticas y reglamentarias de la Universidad Hemisferios. Así, declaro que lo contenido en este ha sido redactado con entera sujeción al respeto de los derechos de autor, citando adecuadamente las fuentes. Por tal motivo, autorizo a la Biblioteca a que haga pública su disponibilidad para lectura dentro de la institución, a la vez que autorizo el uso comercial de mi obra a la Universidad Hemisferios, siempre y cuando se me reconozca el cuarenta por ciento (40%) de los beneficios económicos resultantes de esta explotación.

Además, me comprometo a hacer constar, por todos los medios de publicación, difusión y distribución, que mi obra fue producida en el ámbito académico de la Universidad Hemisferios.

De comprobarse que no cumplí con las estipulaciones éticas, incurriendo en caso de plagio, me someto a las determinaciones que la propia Universidad plantee.

**Karen Yajaira Paz Veloz**

**1751825314**

## Índice

<b>Resumen .....</b>	<b>2</b>
<b>DECLARACIÓN DE ACEPTACIÓN DE NORMA ÉTICA .....</b>	<b>3</b>
<b>Índice.....</b>	<b>4</b>
<b>Índice de Figuras .....</b>	<b>5</b>
<b>Resumen .....</b>	<b>7</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>9</b>
<b>Materiales y Métodos.....</b>	<b>12</b>
<b>Resultados .....</b>	<b>13</b>
<b>Discusión.....</b>	<b>28</b>
<b>Conclusión .....</b>	<b>30</b>
<b>Referencias .....</b>	<b>31</b>

## Índice de Figuras

<b>Figura 1.</b> .....	<b>13</b>
<b>Figura 2.</b> .....	<b>13</b>
<b>Figura 3.</b> .....	<b>14</b>
<b>Tabla 1.</b> .....	<b>14</b>
<b>Figura 4.</b> .....	<b>15</b>
<b>Figura 5.</b> .....	<b>15</b>
<b>Figura 6.</b> .....	<b>17</b>
<b>Figura 7.</b> .....	<b>17</b>
<b>Figura 8.</b> .....	<b>18</b>
<b>Figura 9.</b> .....	<b>19</b>
<b>Figura 10.</b> .....	<b>19</b>
<b>Figura 12.</b> .....	<b>20</b>
<b>Figura 13.</b> .....	<b>21</b>
<b>Figura 14.</b> .....	<b>22</b>
<b>Figura 15.</b> .....	<b>22</b>
<b>Figura 16.</b> .....	<b>23</b>
<b>Figura 17.</b> .....	<b>23</b>
<b>Figura 18.</b> .....	<b>24</b>

<b>Figura 20.</b> .....	<b>25</b>
<b>Figura 21.</b> .....	<b>25</b>
<b>Figura 22.</b> .....	<b>26</b>
<b>Figura 23.</b> .....	<b>26</b>
<b>Figura 24.</b> .....	<b>27</b>
<b>Figura 25.</b> .....	<b>27</b>
<b>Figura 26.</b> .....	<b>27</b>

## **Comparación de la eficacia y preferencia de cepillos dentales en adultos de mediana edad: Estudio cualitativo basado en encuestas**

Karen Yajaira Paz Veloz

[kypazv@estudiantes.uhemisferios.edu.ec](mailto:kypazv@estudiantes.uhemisferios.edu.ec)

### **Resumen**

**Introducción:** Determinar la efectividad de cepillos dentales con cerdas suaves y cerdas duras en la eliminación de placa bacteriana en pacientes de 30 a 50 años. Y ver el impacto de la elección del cepillo dental en la salud bucal de adultos de mediana edad, considerando el tipo de cerdas utilizadas, teniendo en cuenta la percepción y preferencia de los pacientes de 30 a 50 años respecto a cepillos de cerdas suaves y duras, sobre su influencia y educación en la higiene bucal. Por lo tanto, el objetivo de este estudio es comparar las expectativas y satisfacciones de los usuarios encuestados sobre su elección de cepillos de cerdas suaves y duras. **Materiales y métodos:** Tipo de estudio cualitativo porque se realizarán encuestas online, de tipo descriptivo porque se identificará y se describirá casos de enfermedades causadas por los diferentes tipos de cepillos, y de tipo transversal porque se va a realizar el estudio en un tiempo límite, solamente el día de la encuesta. **Resultados:** Se obtuvo 348 encuestas con resultados donde demostraron que personas con educación superior, y mayores ingresos logran tener una buena higiene bucal por otro lado, las personas que perciben un salario básico o inferior tienden a adquirir sus productos de higiene en los establecimientos donde estos resultan más económicos. Además, se observa un déficit en la educación bucal dentro de la población de mediana edad. **Conclusiones:** Comparar la efectividad y la comodidad en el uso de cepillos dentales con cerdas suaves y duras en adultos de mediana edad, con el objetivo de promover una adecuada higiene bucal. Y diseñar,

evaluar un programa educativo para informar a los pacientes de 30 a 50 años sobre la importancia de elegir el cepillo dental adecuado según sus necesidades.

**Palabras claves:** *Cepillo dental, impacto, salud bucal, higiene bucal, educación, priorización.*

## Abstract

**Introduction:** To determine the effectiveness of soft- and hard-bristled toothbrushes in removing plaque in patients aged 30 to 50 years. And to see the impact of the choice of toothbrush on the oral health of middle-aged adults, considering the type of bristles used, taking into account the perception and preference of patients aged 30 to 50 years regarding soft- and hard-bristled toothbrushes, on their influence and education in oral hygiene. Therefore, the objective of this study is to compare the expectations and satisfaction of the surveyed users regarding their choice of soft- and hard-bristled toothbrushes. **Materials and methods:** Qualitative type of study because online surveys will be carried out, descriptive type because cases of diseases caused by different types of brushes will be identified and described, and cross-sectional type because the study will be carried out within a limited time, only on the day of the survey. **Results:** 348 surveys were obtained with results showing that people with higher education and higher incomes manage to have good oral hygiene, on the other hand, people who earn a basic salary or less tend to buy their hygiene products in establishments where they are cheaper. In addition, a deficit in oral education is observed within the middle-aged population. **Conclusions:** To compare the effectiveness and comfort in the use of toothbrushes with soft and hard bristles in middle-aged adults, with the aim of promoting adequate oral hygiene. And to design and evaluate an educational program to inform patients aged 30 to 50 years about the importance of choosing the right toothbrush according to their needs.

**Keywords:** Toothbrush, impact, oral health, oral hygiene, education, prioritization.

## Introducción

La higiene bucal tiene su origen en tiempos remotos, cuando el ser humano empezó a buscar formas de limpiar las superficies de los dientes. (Contreras, 2013) A principios del siglo XX, el cepillo de dientes era un lujo exclusivo para las personas más adineradas, con mangos de marfil y cerdas naturales. (Andrade, 2008) En 1930, surgieron los primeros cepillos de plástico, que resultaron ser mucho más asequibles. (González, 2020)

Cuando el cepillado es excesivo y además se agrega el cepillo de cerdas duras que la técnica de cepillado sea horizontal y la pasta presente abrasión de tejido dental puede provocar problemas dentales y periodontales, como la recesión de gingival, sensibilidad dental y desgaste del esmalte. (Bueno, 2005) Por lo tanto, enfatizan la importancia de utilizar cepillos de cerdas suaves siendo menos agresivos para los dientes, adoptar de una técnica de cepillado adecuada para mantener una buena higiene bucal y prevenir enfermedades dentales. (Ramírez, 2020)

Existe un debate sobre si las cerdas del cepillo deben ser suaves o duras, ha sido objeto de discusión en la literatura científica, con estudios que sugieren diferentes beneficios y desventajas para cada tipo de cerdas. (García et al., 2020) En particular, en adultos de mediana edad, se observa que predomina un 68.64% de los casos mostraron abrasión dental, siendo más común en el grupo de personas de 30 a 44 años. (Ceballos, 2019) A continuación, se encuentra la erosión, también predominante en el mismo grupo de edad. (Ceballos, 2019) Se puede notar que el factor de riesgo más común es el cepillado dental incorrecto, con un 60.17%, especialmente en el grupo de 30 a 44 años. (Chala, 2016) Se estableció que el cepillado horizontal con cerdas duras, su uso excesivo y las pastas dentales abrasivas son los principales causantes del desarrollo de abrasiones. (Ceballos, 2019)

En otros estudios, el bruxismo fue identificado como el factor de riesgo más común, ya que el 43.8% de los pacientes presentan este hábito. A continuación, en frecuencia, se encontraron el cepillado traumático y los trastornos gastroesofágicos, con un 35.3% y un 30.7% respectivamente. (Chala, 2016)

En Ecuador las autoridades de salud y los profesionales dentales suelen seguir las recomendaciones de la OMS. Las campañas de salud bucal en Ecuador suelen promover el uso de cepillos de cerdas suaves como parte de una rutina adecuada de higiene oral. (Colgate, 2017) Esto se debe a que los cepillos de cerdas suaves son considerados más seguros y efectivos para la mayoría de las personas, la prevención es la forma más fácil de controlar los factores patológicos en sus etapas iniciales. (Cunha, 2015) Por lo tanto, este estudio se propone comparar la eficacia de la higiene bucal utilizando cepillos de cerdas suaves y duras en adultos de mediana edad, con el fin de proporcionar información relevante para la elección del cepillo más adecuado en esta población específica.

## **Materiales y Métodos**

Se presenta una investigación de tipo cualitativo donde a través de un cuestionario de 58 preguntas, tomando como base el estudio. (Monga, 2017), (Pérez, 2017), (Benavente, 2021), (Pausa, 2015), (Paz, 2019) A cada participante se le solicitó llenar el consentimiento informado asegurando la confidencialidad de sus respuestas serian tratadas de manera confidencial y utilizada únicamente con fin de investigación y la encuesta para obtener datos demográficos. La encuesta fue aplicada en línea mediante la plataforma KotoToolbox, la cual nos arrojará datos de relevancia para la investigación, se envió un enlace mediante redes sociales, solicitando su participación voluntaria, y se solicitó a cada participante que completara un cuestionario para obtener criterios de inclusión que fueron los siguientes: preferencia de cepillos dentales de cerdas suaves o cerdas duras en participantes entre 18 y 55 años, con un tiempo mínimo de un mes de tiempo empleado, incluye a pacientes que usen aparatología removible parcial y aquellos que utilicen cepillo de cerdas medias y cepillos eléctricos. Se consideró 348 encuestas que presentaron acorde a los criterios de inclusión ya mencionado.

Una vez finalizado el periodo de recolección los datos fueron analizados utilizados de manera estadística, permitiendo la identificación de elección de cepillos de cerdas suaves en su mayoría un 36.21%, las cerdas duras con un 35.63%, cerdas medias con un 24.14%, y el cepillo eléctrico con un 1.72%.

Se va a demostrar que los cepillos de cerdas suaves son ideales para que no causen irritación alguna, por otro lado, los cepillos de cerdas duras pueden ser “más eficaces” según los encuestados, pero pueden dañar las encías y dientes en zona cervical causando abrasiones. Por ende, es importante tener una buena técnica de cepillado y recomendaciones del odontólogo encontrando un equilibrio para mantener la higiene bucal sin causar daño alguno.

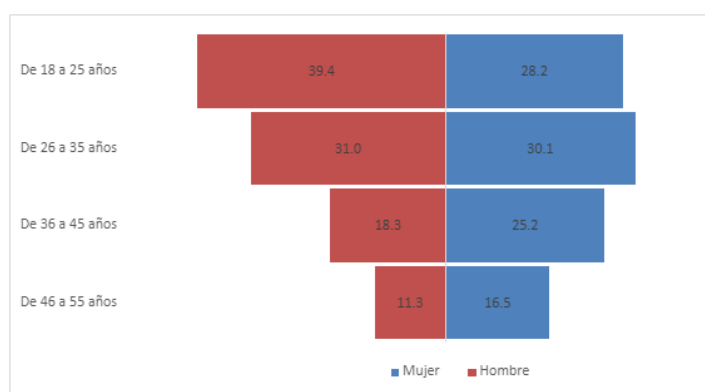
## Resultados

### Datos Encuesta

Al inicio del estudio, se aplicó la encuesta a 348 personas con una edad media de 33 años; el 41.87% (206/348) fueron femeninos y 28.86% (142/348) fueron masculinos, de nacionalidad ecuatoriana 70.33% (347/348) y venezolana 0.41% (1/348)

### Figura 1.

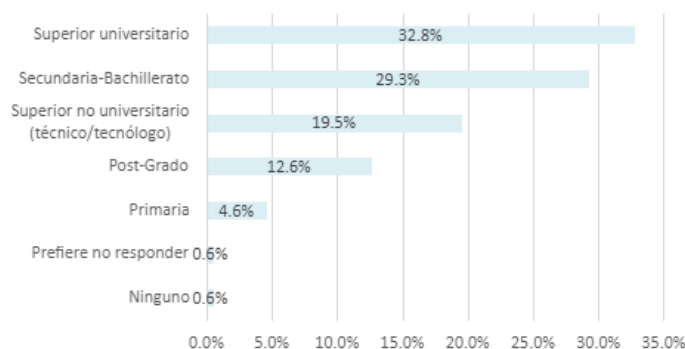
*Clasificación de los participantes según edad y género: Masculino y Femenino.*



Dentro de la encuesta, se preguntó sobre nivel de educación completado; 32.8% (65/348), Superior universitario, 29.3% (59/348) Secundaria- Bachillerato, 19.5% (39/348) Superior no universitario (técnico/tecnólogo), 12.6% (31/348) Postgrado, 4.6% (9/348) Primaria, 0.6% (1/348) Ninguno, 0.6% (1/348) Prefiere no responder.

### Figura 2.

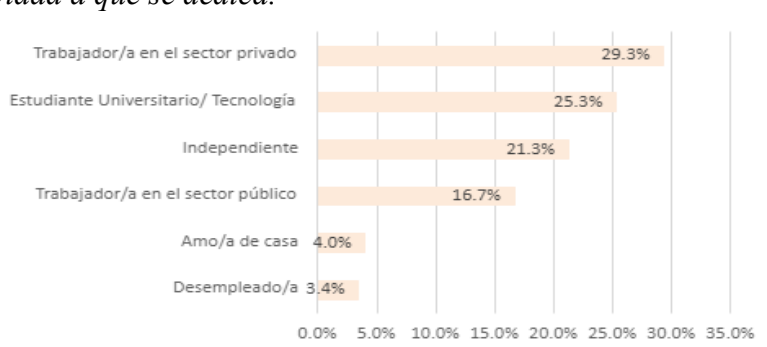
*Nivel educativo completado.*



También se preguntó sobre a que se dedican actualmente; 29.3% (59/348) Trabajador/a en el sector privado, 25.3% (51/348) Estudiante Universitario/ Tecnología, 21.3 (43/348) Independiente, 16.7% (33/348) Trabajador/a en el sector público, 4.0% (8/348) Amo/a de casa, 3.4% (7/348) Desempleado/a.

**Figura 3.**

*Actividad a que se dedica.*



Se preguntó el rango de ingresos mensuales a la población encuestada; 23.56% (68/348) \$500-\$999, 21.26% (64/348) Menos de \$300, 18.39% (52/348) \$300- \$499, 9.77% (40/348) \$1,000- \$1,499, 8.05% (31/348) No genero ingresos, 7.47% (23/348) \$1,500- \$1,999, 5.17% (26/348) Prefiero no decirlo, 2.30% (16/348) Más de \$3,000, 2.30% (14/348) \$2,500- \$2, 999, 1.72% (14/348) \$2, 000- \$2, 4999.

**Tabla 1.**

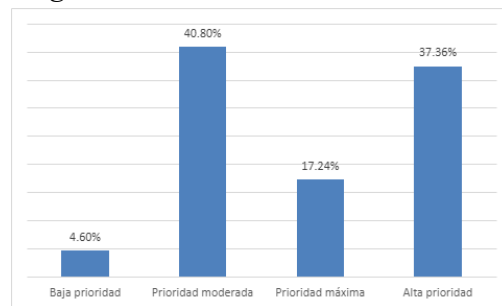
*Población total por rango de ingresos según género*

Rangos de ingresos	Mujer	Hombre	Total
No genero ingresos	7.47%	0.57%	8.05%
Menos de \$300	12.64%	8.62%	21.26%
\$300 - \$499	11.49%	6.90%	18.39%
\$500 - \$999	12.64%	10.92%	23.56%
\$1,000 - \$1,499	5.17%	4.60%	9.77%
\$1,500 - \$1,999	4.60%	2.87%	7.47%
\$2,000 - \$2,499	1.15%	0.57%	1.72%
\$2,500 - \$2,999	2.30%	0.00%	2.30%
Más de \$3,000	0.57%	1.72%	2.30%
Prefiero no decirlo	1.15%	4.02%	5.17%
<b>Total general</b>	<b>59.20%</b>	<b>40.80%</b>	<b>100.00%</b>

Al preguntar sobre la prioridad de la higiene oral la gente respondió: 40.80% (115/348) Prioridad moderada, 37.36% (100/348) Alta prioridad, 17.24% (85/348) Prioridad máxima, 4.60% (48/348) Baja prioridad.

**Figura 4.**

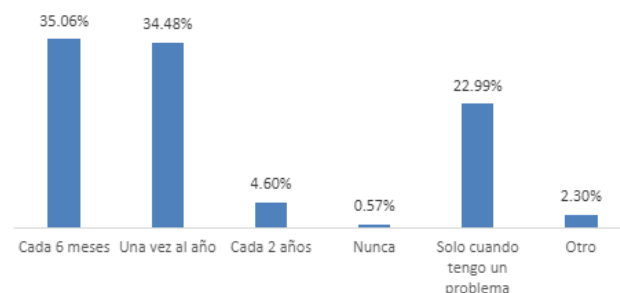
*Prioridad a la higiene oral*



También se preguntó sobre la frecuencia de visita al dentista para un chequeo regular; 34.48% (79/348) Una vez al año, 35.06% (91/348) Cada 6 meses, 22.99% (68/348) Solo cuando tengo un problema, 4.60% (29/348) Cada 2 años, 2.30% (22/348) Other, 0.57% (18/348) Nunca. Al responder "Other" respondieron 0.81% (15/348) Cada mes, 0.41% (13/348) Cada 3 meses, 0.41% (13/348) Una vez al mes.

**Figura 5.**

*Con que frecuencia visita al dentista para chequeos regulares*

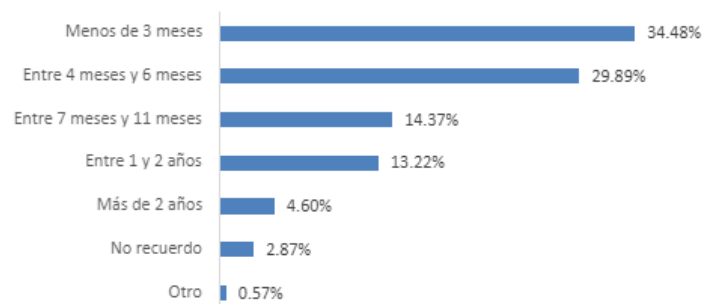


Pero al preguntar cuándo fue la última vez que asistieron al odontólogo; 34.48% (70/348) Menos de 3 meses, 29.89% (83/348) Entre 4 meses y 6 meses, 14.37% (79/348) Entre 7 meses y 11 meses, 13.22% (47/348) Entre 1 y 2 años, 4.60% (28/348)

Más de 2 años, 2.87% (25/348) No recuerdo, 2.87% (21/348) Other y respondieron  
0.57% (21/348) Mes pasado.

**Figura 6.**

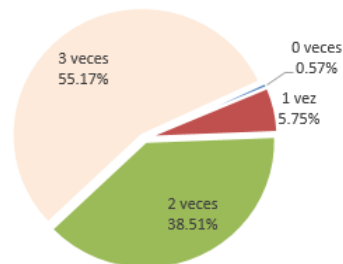
*¿Cuándo fue la última vez que asistió al odontólogo?*



Al preguntar ayer cuantas veces se cepillaron 3 veces 55.17%, 2 veces 38.51%, 1 vez 5.75%, 0 veces 0.57%.

**Figura 7.**

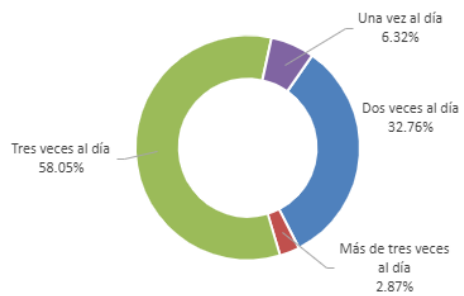
*Ayer, ¿Cuántas veces se cepillo los dientes?*



Y también se preguntó normalmente cuántas veces al día se cepilla los dientes, 58.05% (210/348) Tres veces al día, 32.76% (91/348) Dos veces al día, 6.32% (22/348) Una vez al día, 2.87% (25/348) Más de tres veces al día.

**Figura 8.**

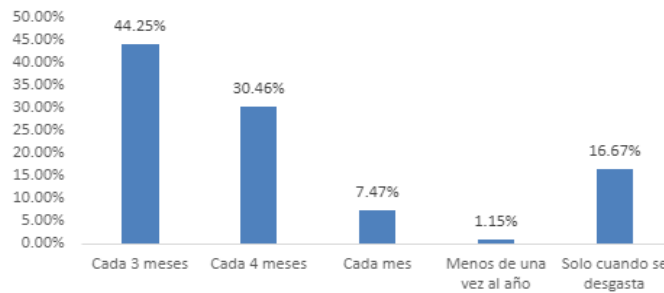
*Normalmente, ¿Usted cuantas veces al día se cepilla los dientes?*



Al preguntar con qué frecuencia cambia su cepillo de dientes fue; 44.25% (181/348) Cada 3 meses, 30.46% (73/348) Cada 4 meses, 16.67% (50/348) Solo cuando se desgasta, 7.47% (33/348) Cada mes, 1.15% (11/348) Menos de una vez al año.

**Figura 9.**

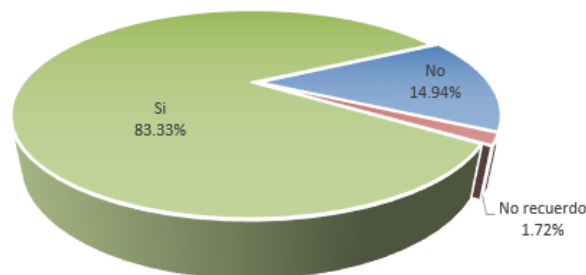
*¿Con qué frecuencia cambia su cepillo de dientes?*



Y al preguntar si los últimos 3 meses cambiaron de cepillo; 83.33% (239/348) Sí, 4.94% (96/348) No, 1.72% (3/348) No recuerdo.

**Figura 10.**

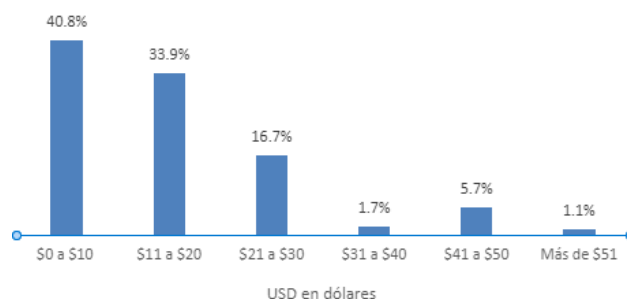
*En los últimos 3 meses, ¿Usted ha cambiado de cepillo dental?*



Se preguntó cuánto dinero destina mensualmente a la compra de productos de higiene oral; 40.08% \$0 a \$10, 33.9% \$11 a \$20, 16.7% \$31 a \$40, 1.7% \$31 a \$40, 5.7% \$41 a \$50, 1.1% Más de \$51

**Figura 11.**

*¿Cuánto dinero destina mensualmente a la compra de productos de higiene*

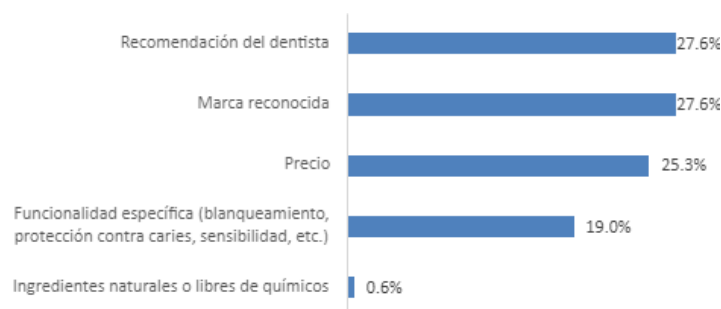


*oral?*

Al preguntar sobre la compra de productos de higiene bucal que factor tienen en cuenta; 27.6% (98/348) Recomendación del dentista, 27.6% (98/348) Marca reconocida, 25.3% (87/348) Precio, 19.0% (43/348) Funcionalidad específica (blanqueamiento, protección contra caries, sensibilidad, etc.), 0.6% (22/348) Ingredientes naturales o libres de químicos.

**Figura 12.**

*A la hora de comprar los productos de higiene bucal, ¿Qué factor tiene en*



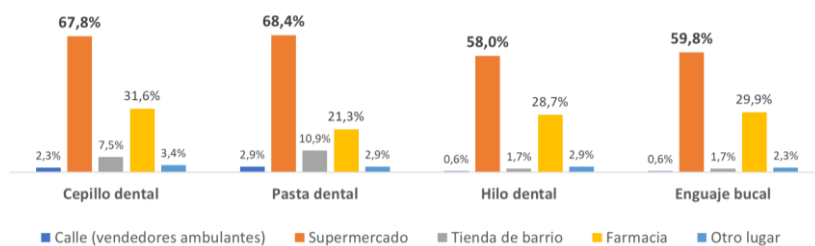
*cuenta?*

Se preguntó dónde compran los productos de higiene bucal; En *Calle*; 2.3% (14/348) Cepillo dental, 2.9% (15/348) Pasta dental. En *Supermercado*; 68.4% (219/348) Pasta dental, 67.8% (218/348) Cepillo dental, 59.8% (204/348) Enjuague bucal, 58.0% (201/348) Hilo dental. En *Tienda de barrio*; 10.9% (29/348) Pasta dental, 7.5 (23/348) Cepillo dental, 1.7% (13/348) Hilo dental, 1.7% (13/348) Enjuague bucal. En *Farmacia*,

31.6% (75/348) Cepillo dental, 29.9% (72/348) Enjuaje bucal, 28.7% (60/348) Hilo dental, 21.3% (60/348) Pasta dental. En *Otro lugar*; 3.4% (16/348) Cepillo dental, 2.9% (15/348) Hilo dental, 2.09% (15/348) Pasta dental, 2.3% (14/348) Enjuaje bucal.

**Figura 13.**

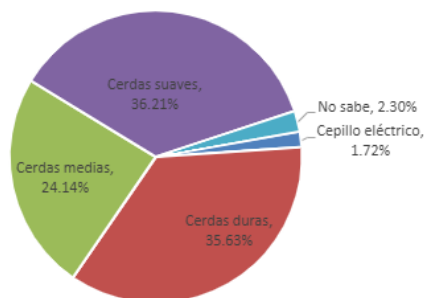
*¿Dónde compra usted los productos de higiene bucal?*



Se preguntó sobre la elección de cepillos dentales utiliza con mayor frecuencia; 36.21% (105/348) Cerdas suaves, 35.63% (103/348) Cerdas duras, 24.14% (84/348) Cerdas medias, 2.30% (33/348) No sabe, 1.72% (23/348) Cepillo eléctrico.

**Figura 14.**

*¿Cuál representa el tipo de cepillo de dientes que utiliza con mayor*

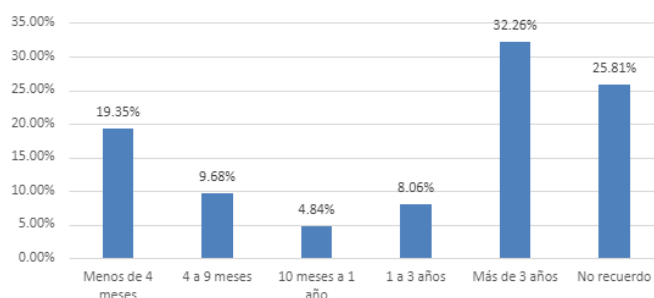


*frecuencia?*

Y al mismo tiempo se preguntó qué tiempo lleva usando ese cepillo de cerdas duras luego de escoger; 32.26% (119/348) Más de 3 años, 25.81% (98/348) No recuerdo, 19.35% (56/348) Menos de 4 meses, 9.68% (29/348) 4 a 9 meses, 8.06% (27/348) 1 a 3 años, 4.84% (19/348) 10 meses a 1 año.

**Figura 15.**

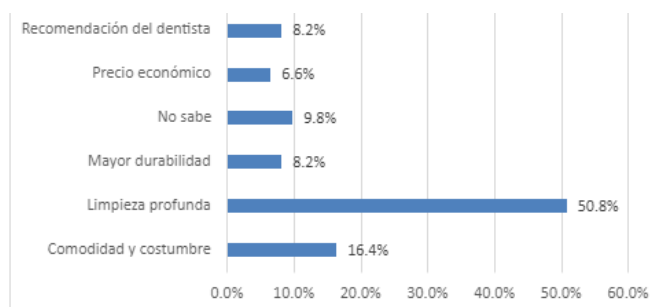
*¿Cuánto tiempo lleva usando un cepillo de cerdas duras?*



Al preguntar sobre porqué decidieron escoger un cepillo de cerdas duras a uno de cerdas suaves:

**Figura 16.**

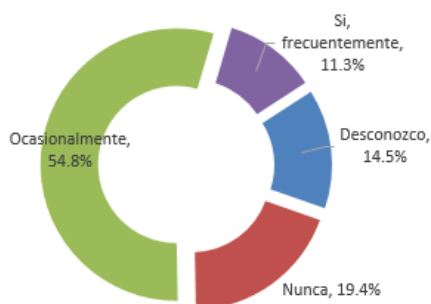
*¿Por qué decidió elegir un cepillo de cerdas duras en lugar de uno de cerdas suaves?*



Se preguntó sobre si han presentado halitosis o sangrado al momento de cepillarse con un cepillo de cerdas duras; 54.8% (213/348) Ocasionalmente, 19.4% (69/348) Nunca, 14.5% (34/348) Desconozco, 11.3% (32/348) Si, frecuentemente.

**Figura 17.**

*¿Ha experimentado mal aliento (halitosis) o sangrado de encías al usar un*

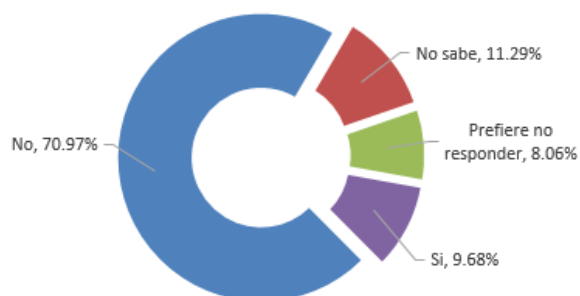


*cepillo de cerdas duras?*

Si algún odontólogo lo ha recomendado utilizar un cepillo de cerdas duras; 70.9% (269/348) No, 11.29% (27/348) No sabe, 9.68% (27/348) Si, 8.06% (25/348) Prefiere no decirlo.

**Figura 18.**

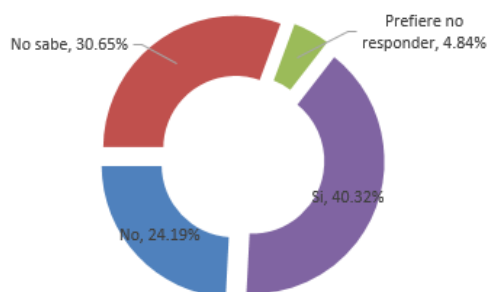
*¿Le ha recomendado algún odontólogo usar un cepillo de cerdas duras?*



Y al preguntar sobre si considera cambiar en el futuro por un cepillo de cerdas suaves; 40.32% (160/348) Si, 30.65% (109/348) No sabe, 24.19% (61/348) No, 4.84% (18/348) Prefiere no responder

**Figura 19.**

*En el futuro, ¿Considera cambiar su cepillo de cerdas duras por uno de cerdas*

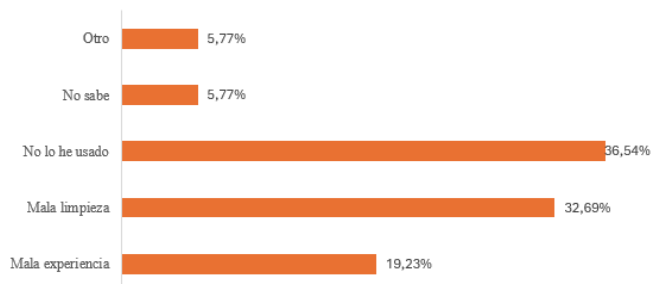


*suaves?*

Se preguntó si ha usado cepillo de cerdas suaves, por qué dejó de usarlo;

**Figura 20.**

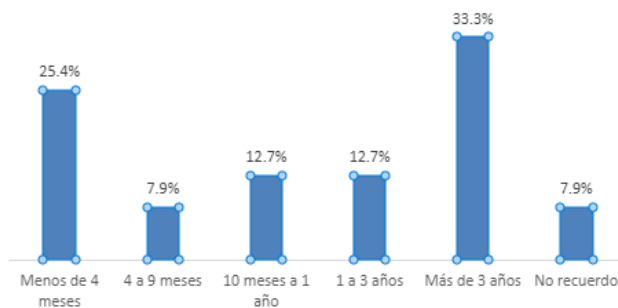
*Si ha usado cepillos de cerdas suaves, ¿Por qué dejó de usarlo?*



Y al mismo tiempo se preguntó qué tiempo lleva usando ese cepillo de cerdas suaves luego de escoger; 33.3% (172/348) Más de 3 años, 25.4% (46/348) Menos de 4 meses, 12.7% (48/348) 10 meses a 1 año, 12.7% (48/348) 1 a 3 años, 7.9% (17/348) No recuerdo, 7.09% (17/348) 4 a 9 meses.

**Figura 21.**

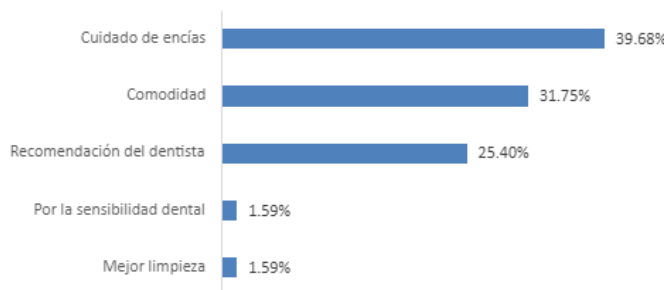
*¿Cuánto tiempo lleva usando un cepillo de cerdas suaves?*



Al preguntar sobre porqué decidieron escoger un cepillo de cerdas suaves a uno de cerdas duras fue por:

**Figura 22.**

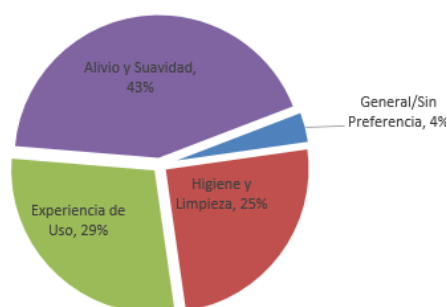
*¿Por qué decidió elegir un cepillo de cerdas suaves en lugar de uno de cerdas duras?*



Al preguntar qué sensación nota luego de usar un cepillo de cerdas suaves fue;

**Figura 23.**

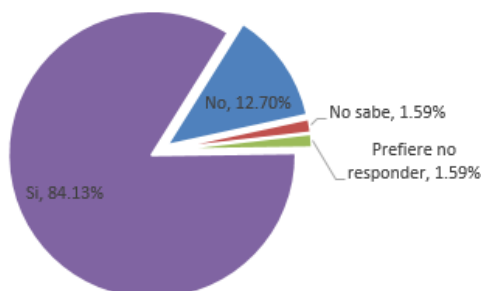
*¿Qué sensación nota en sus dientes desde que comenzó a usar un cepillo de cerdas suaves?*



Si algún odontólogo lo ha recomendado utilizar un cepillo de cerdas suaves; 84,13% (293/348) Si, 12.70% (37/348) No, 1.59% (9/348) Prefiere no responder, 1.59% (9/348) No sabe.

**Figura 24.**

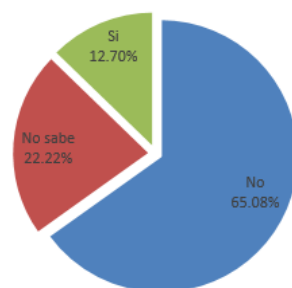
*¿Le ha recomendado algún odontólogo usar un cepillo de cerdas suaves?*



Y al preguntar sobre si considera cambiar en el futuro por uno de cerdas duras; 65.08% (230/348) No, 22.2% (105/348) No sabe, 12.7% (13/348) Si.

**Figura 25.**

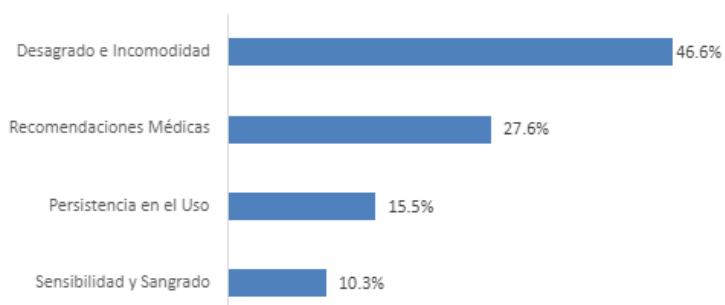
*En el futuro, ¿Considera cambiar su cepillo dental por uno de cerdas duras?*



Se preguntó si ha usado cepillo de cerdas duras, por qué dejó de usarlo;

**Figura 26.**

*Si ha usado cepillos de cerdas duras, ¿Por qué dejó de usarlo?*



## Discusión

Según John Wainwright, reconoce la importancia crucial de la salud bucal en la actualidad, y los hábitos de higiene se centran en su relevancia de los cepillos dentales después de cada comida y el uso de una manera correcta de ellos. Se realizó este presente estudio cualitativo con el fin de comparar la preferencia de cepillos de cerdas suaves sobre los de cerdas duras, medias y cepillos eléctricos lo que da un reflejo de una serie de factores físicos y psicológicos. Cueto y col., hallaron un índice bajo en cuanto a actitud y prácticas de salud bucal, con resultados estadísticamente significativos que favorecen más a sexo femenino, lo que nos quiere decir que existe falencias en educación sobre elección de cepillos dentales.

Los resultados del estudio cualitativo sobre actitud, comportamiento, comodidad y sensación destacan la necesidad de dirigir nuestros esfuerzos hacia la realización de investigaciones y actividades destinadas a mejorar estos aspectos. (Gispert, 2012) Los encuestados tienden a valorar la suavidad ya que estas cerdas suaves resultan ser menos agresivas para las encías ya que notan que no existe sangrado ni dolor, lo que minimiza la irritación y el malestar. Esto es particularmente relevante ya que para aquellos pacientes que tengan encías sensibles o presencia de gingivitis se puede agravar por el uso de cerdas duras.

La higiene bucal es uno de los factores de riesgo de las enfermedades dentales que ha recibido más atención en los estudios. (Diaz, 2011) Se ha evidenciado que los encuestados que manifiestan una higiene oral menor a 2 veces al día, son los que menos visitan al odontólogo para chequeos y tienen mayor probabilidad de desarrollar cualquiera de las enfermedades dentales. (López, 2010)

Adicionalmente, existe una percepción errónea en torno a la efectividad de las cerdas duras. Muchos pacientes asumieron que estas cerdas son más eficaces al eliminar la placa, cuando según estudios indican un desgaste físico causado por un deterioro físico generado por un proceso mecánico que afecta al tejido dental, con resultado de la repetición del frotamiento, factores implicados serían pasta de dientes abrasivas, fuerza excesiva, excesivo cepillado con cerdas duras. (Peumans, 2020)

Por otro lado, el uso de cepillos eléctricos presenta un dilema. Aunque su tecnología puede ser atractiva y ofrecer ventajas en términos de eficiencia y ahorro de tiempo, la elección de cerdas también influye en la experiencia del paciente. Muchos pacientes prefieren cerdas suaves incluso en cepillos eléctricos, priorizando la comodidad sobre la tecnología. Además, factores como el costo y la accesibilidad de los cepillos eléctricos pueden desincentivar su uso, llevando a los pacientes a optar por cepillos manuales.

Al promover el uso de cerdas suaves en la práctica clínica, se fomenta un mejor cuidado de la salud bucal, lo que mejora la experiencia del paciente durante el cepillado, reduciendo así el dolor y el sangrado.

## Conclusión

Se comparó la efectividad y la comodidad en el uso de cepillos dentales con cerdas suaves y duras en adultos de mediana edad, con el objetivo de promover una adecuada higiene bucal.

Se demostró que, viendo desde la perspectiva demográfica, es interesante observar cuanto influye la edad, educación y nivel socioeconómico, porque logramos ver que los adultos mayores prefieren cerdas suaves debido a su mayor abrasión al pasar los años, los odontólogos deben enfatizar en cuán importante es el escoger el tipo de cerdas explicar las consecuencias de un cepillado excesivo.

Se demostró que la sensibilidad, halitosis o sangrado que presentan los pacientes por el cepillado con cerdas duras en individuos de 33 a 55 años que no han completado sus estudios académicos y no destinan ingresos para el cuidado de higiene bucal, solo lo priorizan cuando hay molestia o quieren un control. La preferencia por las cerdas suaves destaca la necesidad de reforzar la higiene, la educación y la comunicación hacia los pacientes.

## Referencias

- Andrade, F. (2008). Estudio comparativo sobre la eficacia del cepillo manual frente a los cepillos eléctricos en adolescentes del colegio Luciano Andrade-Marín de la Ciudad de Quito, Ecuador. Universidad San Francisco de Quito. Disponible en: <http://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/527/1/89944.pdf>.
- Benavente, M., Padrón, R. (2021) Comparación de las expectativas y satisfacción de los usuarios de cepillos dentales eco-amigables versus de plástico. Repositorio.unphu.edu.do. Disponible en: <https://repositorio.unphu.edu.do/handle/123456789/3935>.
- Bueno, L. (2005). Efectos lesivos del control mecánico de la placa microbiana. Periodoncia Osteointegración e Implantes ,10(20). [https://estomatologia2.wordpress.com/wp-content/uploads/2017/11/periodoncia\\_osteointegracion\\_e\\_implantes.pdf](https://estomatologia2.wordpress.com/wp-content/uploads/2017/11/periodoncia_osteointegracion_e_implantes.pdf)
- Ceballos, MA, (2019). Prevalencia de las lesiones no cariosas cervicales en pacientes atendidos en la Clínica Estomatológica "Juan Manuel Márquez" <https://www.medigraphic.com/pdfs/abril/abr-2019/abr19273e.pdf>
- Contreras, H., Garibay, L. (2003). Cepillo de dientes: el mejor invento en la historia de EE.UU. La Ciencia y el Hombre. Rev Divulgación Científica y Tecnológica Univ Veracruzana, 16(1): Disponible en: <http://www.uv.mx/cienciahombre/revistae/vol16num1/articulos/cepillodd/cepillodd.htm>.
- Cueto, A., Soto, C., Muñoz, D. (2010). Conocimiento, actitudes y prácticas sobre salud oral en niños de 12 años. Rev Chile Salud Pública, 14(2-3):363-71. [consultado 22-dic-2012]. Disponible en:

<http://www.revistasaludpublica.uchile.cl/index.php/RCSP/article/viewFile/16288/16885>.

Cunha, J., Milgrom, P., Shirtcliff, R., Huebner, R., Ludwig, S., Allen, G., Scott, J. (2015). "Everybody Brush!": Protocol for a Parallel-Group Randomized Controlled Trial of a Family-Focused Primary Prevention Program with Distribution of Oral Hygiene Products and Education to Increase Frequency of Toothbrushing. *JMIR Public Health Surveill*, 4(2):6-12.  
doi: [10.2196/resprot.4485](https://doi.org/10.2196/resprot.4485)

Díaz, Y., Hidalgo, I. (2011). Intervención educativa sobre salud bucal en maestros de enseñanza primaria. *Rev Méd Electrón*, 33(1).  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1684-18242011000100008](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242011000100008)

Gispert, EA., Castell, P., Herrera, M. (2011). Salud con todos para el bienestar de todos: una necesidad apremiante. *Rev Cubana Estomatol*, Sep;48(3):10.  
Disponible en:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034750720110003001&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034750720110003001&lng=es).

González, X., Cardentey, J., Martínez, MB. (2020). Lesiones cervicales no cariosas en los adolescentes de un área de salud. *Ciencias Médicas Pinar Río*, Mar;24(2). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561-31942020000200186](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942020000200186)

López, A., Martínez, M., Alarcón, F. (2010). El programa de salud bucodental en el distrito sanitario Bahía de Cádiz-La Janda. *Rev Cubana Estomatol*, 47(1).

Disponible en:

[http://bvs.sld.cu/revistas/est/supl\\_01\\_10/02%20%28Estomatol%20Gral%20Integ%29.htm#egi34](http://bvs.sld.cu/revistas/est/supl_01_10/02%20%28Estomatol%20Gral%20Integ%29.htm#egi34).

Nápoles, IJ., Fernández, ME., Jiménez, P. (2015). Evolución histórica del cepillo dental. Rev Cubana Estomatol, 52(2):208-216. Disponible en:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75072015000200010&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75072015000200010&lng=es&tlng=es).

Monga, E. (2017). Nivel de conocimiento en salud bucal en funcionarios de la Universidad de las Américas de Quito, septiembre-octubre 2017. Udla.edu.ec; 2017. Disponible en: <https://doi.org/UDLA-EC-TOD-2018-88>.

Pausa, M., (2015). Suárez Hernández M. Nivel de actitud y comportamiento sobre Salud e Higiene Bucal en escolares de nivel primario. Rev Haban Cienc Méd, 14(1):70-78. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2015000100011](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2015000100011)

Paz, M., Benítez, I., Matos, L., Crespo, LM., Rodríguez, A. (2019). Evaluación del proceso de producción de cepillos dentales en la empresa Cepil. Tecn Quím, 39(3):673-690. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=445560283013>

Peumans, M. (2020). Tratamiento de lesiones cervicales no cariadas: cuándo, porqué y cómo. Int J Esthet Dent, 13(1). <https://www.sepes.org/wp-content/uploads/2020/07/03-PEUMANS.pdf>

Perez, S. (2017). Educación para la prevención de la contaminación de cepillos dentales para el personal administrativo de la Universidad de las Américas. Udla.edu.ec; 2017. Disponible en: <https://doi.org/UDLA-EC-TOD-2017-76>.

Ramírez, CE., Vásquez, SD., Madrid, MA., Sánchez, IM. (2020). Lesiones dentales no cariosas: etiología y diagnóstico clínico. Revisión de literatura. Rev Cient Esc Univ Cienc Salud.

<https://camjol.info/index.php/RCEUCS/article/view/10948>

Rodríguez, H., Hernández, Y. (2016). González Fernández C. Lesiones cervicales no cariosas en pacientes del área de salud "Eléctrico" municipio Arroyo Naranjo. Rev Cubana Estomatol, 53(4).

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-)

[75072016000400002](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75072016000400002)

Wainwright, J., Sheiham, A. (2014). An analysis of methods of toothbrushing recommended by dental associations, toothpaste and toothbrush companies and in dental texts. Br Dent J., Aug 8;217(3): E5–E5.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25104719/>